

身近な人が アスペルガーかな？ と思ったら

～知っていればお互いラクになる方法～

「少しは私の気持ちも考えて！」
「共感してもらえない」「一緒にいるのに寂しい」
「コミュニケーションが取れない」
身近な人(夫・パートナー)との関係で、不安や怒り、孤独を感じていませんか？
周囲の人に話しても「男の人ってそういうものよ」
「あなたの我慢が足りないのでは」と言われて罪悪感が増すばかり…。
周囲から理解されにくい、夫の「発達障がい」について、正しく理解すると共にその対処方法を考えていきます。



講師：櫻田万里（SORA）さん
（アスペルガー・アラウンド代表）

オンライン
(Zoom)
開催

2/27(土) 13:30～15:30

◆対象 女性 20人

◆参加費 無料

◆申込先 静岡市女性会館 HP <https://aicel21.jp>

詳細、申込み受付は右記 QR コードにアクセスしてください。
裏面もご覧ください。

2/1(月)10時から申込み開始(先着順)

主催 静岡市女性会館

静岡市葵区東草深町 3-18 TEL 054-248-7330



ホームページ QR

●講師 櫻田万里 (SORA) さん プロフィール

アスペルガー・アラウンド代表・都立高校特別支援教育コーディネーター。

2001・2003年に長男と夫がアスペルガー症候群の診断を受ける。2013年、自身の経験を役に立てたいとカサンドラ支援を開始。カサンドラ脱出プログラムを実践。わかちあう会「しゃべりば」の全国普及を推進。2017年「パートナーがアスペルガーかな?と
思ったあなたへ」を上梓、4千部以上を頒布。テレビ、新聞掲載も多数。

※カサンドラとは…アスペルガーと情緒的な相互関係が築けないために、配偶者や周囲の方に生じる身体的・精神的症状を表す言葉。正式な病名ではないが、自尊心の低下、怒り、罪悪感、不安、恐怖感、無気力感、片頭痛、体重の増減、婦人病の悪化、免疫力の低下などの症状がある。

●申込方法

【開催方法】 Zoom ミーティング

詳細、申込み受付は下記 QR コードより
2/1(月)10時から申込み開始(先着順)
女性 20人

問い合わせ 静岡市女性会館

mail@aicel21.jp

TEL 054-248-7330



ホームページ QR

オンライン(Zoom)開催について

PC(要カメラ・マイク)での参加を推奨します。マイク付きイヤホンがあれば◎。

スマホの方は事前に Zoom アプリをダウンロードしてください。

申込者には事前に招待メールを送ります。

mail@aicel21.jp からメール受信可に設定しておいてください。

オンライン会議のホスト(招待者)は静岡市女性会館がつとめます。

ホスト側で会議の録画や録音はいたしませんのでご安心ください。

他の参加者による録画・録音も禁止といたします。

Zoom の接続・操作が不安な方は、事前練習をいたします。

①か②のご都合の良い日を選択してください。(30分程度)

事前練習日 ①2/15(月) 19:00

②2/20(土) 13:30

「女性のための総合相談」のご案内

女性の相談員があなたの気持ちを尊重し一緒に解決を目指します。電話相談の事前予約は不要です。
まずはお電話ください。

専用ダイヤル **054-248-1234**

◎女性相談員による面接相談(予約制/1回 50分)
電話相談のあと、ご希望や必要に応じてご利用いただけます。

◎女性弁護士による法律相談(予約制/1回 30分)
第1土曜日・第3木曜日 14:00 ~ 17:00
弁護士への相談がスムーズにできるよう、電話相談で受け付けています。

ひとりで悩まないで、まずはお電話を

結婚・離婚、恋愛、夫婦のこと、親との関係、子どもとの関係、DV、暴力・虐待、セクハラ、職場の人間関係、経済的困窮、妊娠・出産、子育て、これからの生き方など…

時間	火	水	木	金	土
10:00 ~ 13:00	○	○	△	○	○
14:00 ~ 18:00	○	○	※	○	△

※14:00~20:00